மூலிகை மணி

ஆசிரியர்: வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P.
(மலர் 13 பிங்கள ஹூ ஐப்பசி மீ இதழ் 12
211 வது மூலிகை! விலை 75 காசு

குடசப்பாலை



உ



கந்தன் திருமுகம்

மறைகளின் முடிவால் வாக்கால்
மனத்தினல் அளக்கொ ணுமல்
நிறைவுடன் யாண்டும் ஆகி
நின்றிடும் நிமல மூர்த்தி
அறுமுக உருவாய்த் தோன்றி
அருளொடு சரவ ணத்தில்
வெறிகமழ் கமலப் போதில்
வீற்றிருந் தருளி ஞனே.

நன்முகம் இருமூன் றுண்டால்
நமக்கு, அவை தாமே கந்தன்
தன்முகம் ஆகி யுற்ற;
தாரகப் பிரமம் ஆகி
முன்மொழி கின்ற நந்தம்
மூவிரண் டெழுத்தும் ஒன்ருய்,
உன்மகன் நாமத்து ஓர்ஆறு
எழுத்தென உற்ற அன்றே.

—கச்சியப்பர்.

‘மூலிகை மணி’

[தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்]

ஆசிரியரும் வெளியிடுபவரும்
தினமணி புகழ்
வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P.

ஆண்டுச் சந்தா ரூ. 9-00 தனி இதழ் 0-75 காசு
மூவாண்டுச் சந்தா ரூ. 27-00 ஆயுள் சந்தா ரூ. 251-00

ஐப்பசி இதழில்

1.	நன்றியும்—வேண்டுதலும் !	3
2.	நோயும்—மருந்தும்	7
3.	நம் நாட்டு மூலிகைகள்	10
4.	காடு கொடுத்த மருந்து	14
5.	சமய ஒப்பியல்	17
6.	சித்தர்களில் சிலர்	20
7.	மருத்துவ உலகில் வெங்காயம்	24
8.	மூப்பு	27
9.	சித்தர்கள் அருளிய சிடுகா மருந்து	30

முக்கிய அறிவிப்பு

காகிதப் பற்றுக்குறை, புயல் மழை காரணமாக, ஐப்பசி, கார்த்திகை இதழ்கள் தயாரிப்பில் தவிர்க்க இயலாத தாமதமாயிற்று. கார்த்திகை இதழ்-இலவச வெளியீட்டுடன், டிசம்பர் மாத இறுதிக்குள் புதியதாக சந்தா அனுப்பியவர்கட்கும், சந்தா புதுப்பித்தவர்களுக்கும் அனுப்பி வைக்கப்படும். தாமதத்திற்குப் பொறுத்தருள்க.

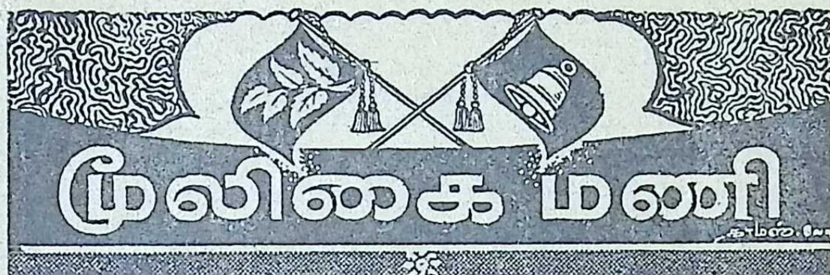
கார்த்திகை சந்தாவை இதுவரை புதுப்பிக்காதவர்கள்—உடனடியாக சந்தா தொகையை M.O. மூலம் அனுப்பி உதவ வேண்டுகிறேன்.

—ஆசிரியர்.

உ

முருகா

ஐந்துகரத்தனை யானை முகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலு
மெயிற்றனை
நந்திமகன்தனை ஞானக்கொழுந்தினை புந்தியில்வைத்தடி போற்று
கிலறேனே



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறென்றறியேன் பராபரமே,
- தாயுமானவர்)

மலர் : 13] பிங்கள ஐப்பசி அக்டோபர் 77 [இதழ் 12

நன்றியும் - வேண்டுதலும்!

'மூலிகை மணி'யின் அடுத்த இதழிலிருந்து 14-வது ஆண்டு தொடங்குகின்றது சில ஆண்டுகட்கு முன் கோவை விஞ்ஞானி திரு. G. D. நாயுடு அவர்கள் கூறியது தற்போது நினைவுக்கு வருகிறது.

'ஒரு அரசாங்கம் செய்ய வேண்டிய வேலையை தனிமனிதனாக இருந்து, மூலிகை மணி கண்ணப்பர் பல ஆண்டு காலமாக செய்கின்றார். தமிழ நாட்டில் உள்ள ஒவ்வொரு குடும்பமும், அவருடைய பத்திரிக்கையையும், நம் நாட்டு மூலிகைகள் புத்தகத்தையும் வாங்கி வைத்துக்கொண்டால், தற்போதுள்ள நோய்களில் பாதி வராது. அரசாங்கத்திற்கும் செலவு மச்சம்.''

திரு. G. D. நாயுடு அவர்களின் கருத்தில் எவ்வளவு ஆழமான பொருள் உள்ளது, என்பதை கடந்த 18 ஆண்டு காலமாக, 'மூலிகை மணி'யைப் படிக்கும் அன்பர்கள் உணர்வார்கள் இதனை இப்போது கூறவேண்டிய அவசியம் என்ன என்பதை பார்க்கும்போது. மூலிகை மணிக்கு தற்போது ஏற்பட்டுள்ள நெருக்கடியே இதற்குக் காரணம் ஆகிறது எனலாம். நெருக்கடிகள் மலிவேறிக் கொண்டிருக்கும் இக் விகாலத்தில் 'மூலிகை மணிக்கு'என்ன நெருக்கடி என்று வாசகர்கள் யககலாம். கடந்த 18 ஆண்டு காலமாக, யான் ஏற்றிருக்கும் இப்

பணிக்கு தோளோடு தோள் நின்று உதவும் மதிப்பிற்குரிய வாசகர்களிடம் கூறுமல் யாரிடம் யான் கூறுவேன்.

அரசாங்கத்தின் உதவியோ, வேறு எந்த சமூக நிறுவனங்களின் பொருளாதார உதவி ஏதுமின்றி, என் முயற்சி காரணமாகவே 'மூலிகை மணி'யை கடந்த 13 ஆண்டு காலமாக நடத்தி வருகின்றேன். இதன் பயனுக, மக்களிடத்திலேயும், அரசாங்கத்திடமும் 'சித்த மருத்துவம்', 'மூலிகை மருத்துவம்' பற்றிய புதிய சிந்தனைகள் மறுமலர்ச்சி அடைந்து வருவது உள்ளங்கை நெல்லிக்கனி. யான் எந்தக்கொள்கைக்காக இப்பத்திரிகையை ஆரம்பித்து தொடர்ந்து நடத்தி வருகின்றேனே—அது செவ்வனே நிறைவேறி வருவதுகண்டு எனக்கு அளவற்ற மகிழ்ச்சி. அதற்காக,

- மூலிகை மணிக்கு ஆதரவாகத் துணைநின்றவரும் அன்பு நிறைந்த சந்தா அன்பர்கள், நூலகர்கள்,
- ஆர்வம் மிகுந்த வாசக நண்பர்கள்,
- பொருள் நோக்கில்லா ஏஜெண்டுகள்,
- நம் கோரிக்கைகட்கு செவிபடுத்த முன்னுள் அமைச்சர்கள் (இந்நாள் அமைச்சர்கள்...!)
- நம் பணிகளை மனம் திறந்து பாராட்டும் பிற துறை மருத்துவப் பேராசிரியர்கள,
- அருள் நிறைந்த எழுத்தாளர்கள்—
- பிற எல்லோர்க்கும்—

என் இதயங்கனிந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொண்டு—

தற்போது மூலிகை மணிக்கு நேர்ந்துள்ள நெருக்கடியை—மனம் திறந்து—தீர்வு வேண்டி—உங்கள் முன்னர் வைக்கின்றேன்! தீர்வுக்கான திட்டத்தினையும் அறிவித்துள்ளேன். அருள் நெஞ்சோடு ஆவன செய்வீர்கள் என்று நம்புகிறேன்.

மேதை G. D. நாயுடு அவர் கூறியதுபோல் தனிமனிதனுக, நின்று இப்பத்திரிக்கையை, "பொது நலம் கருதி, சித்த மருத்துவ மறுமலர்ச்சி கருதி"—கடந்த 13 ஆண்டு காலமாக நடத்தி வருவதால்,

- எனக்கு ஏற்பட்ட பொருளாதார இழப்புகள் எண்ணிலடங்கா.
- எனக்கு ஏற்பட்ட மனச்சிக்கல்கள் கொஞ்சநஞ்சமல்ல.
- அரசுடன் போராடியதால் ஏற்பட்ட கஷ்டங்கள் பல.
- இவற்றால் தனிப்பட்ட முறையில் ஏற்பட்ட தொழில் பொருமைகள் பகைகள் என்னையும் என் குடும்பத்தையும் பெரிதும் பாதித்து வருகின்றன

என்றாலும், 'மூலிகை மணி'யினை' மேலும் வளர்க்க வேண்டும் என்ற 'வெறி'தான் மேலோங்குகின்றது.

காரணம்..

மூலிகைகளைப் பற்றி ஆய்வு செய்ய செய்ய,
அவைகள் என்னை மேலும் மேலும்

ஆழ ஈர்க்கின்றனவே யன்றி,
கைவிடுவதில்லை. இதன் காரணமாக வரும்
இழப்புகள்,
எச்சரிக்கைகள்,
பகைகள், எரிச்சல்கள், அவ்வப்போது ஏற்பட்டபோதிலும்,
அவற்றைத் தாங்கிக்கொள்ளும் திறனை—

வாசகர்களாகிய நீங்கள் தரும் ஆதரவு என்ற "உயிர்க் காற்றின்" மூலமாக தாங்கி வருகிறேன்.

என்றாலும், இப்போதுள்ள நெருக்கடி—

∴ 'நியூஸ்பிரிண்ட்' காகிதப் பஞ்சம்

∴ அச்சு பொருட்களின் விலை உயர்வு

இவை இரண்டுமே நாளுக்கு நாள் 'பெருஞ் சுமையாகி' தற்போது 'நெருக்கடியாகிவிட்டது'. **வாசகர்கள் ஆதரவு அபரிமிதமாக பெருகினாலொழிய இந்த நெருக்கடி சமாளிக்க முடியாததாகி வருகிறது.**

இந்த நெருக்கடியைத் தீர்க்கும் திறம் வாசகர்களிடம்தான் உள்ளது.

'மூலிகை மணியை' இன்னும் 25 ஆண்டுகள் நடத்தும் அளவிற்குப் போதிய தெம்பும் திறனையும் இறைவன் எனக்கும் என் குடும்பத்துக்கும் அளித்துள்ளான்.

ஆனால் பொருளாதார வகையில் மட்டும் சற்று தொய்வு தற்போது ஏற்பட்டுள்ளது. அதனையும் வாசகர்கள் தீர்ப்பார்கள் என்று நம்பியே—கீழ்க்கண்ட திட்டத்தினை அறிவித்துள்ளேன். முதலாவதாக—

∴ இரண்டாண்டுக்குரிய 'நியூஸ்பிரிண்ட்' காகிதத்தினை மொத்தமாக, ஸ்டாக் வைத்தல்—

∴ அச்சுச் செலவைக் கட்டுப்படுத்த பெரிய அளவுடைய அச்சுப் பொறி வாங்குதல்—

∴ அச்சுப் பொருட்களை மொத்தமாக வாங்கி ஸ்டாக் வைத்துப் பயன் படுத்துவதால், அவ்வப்போது விலை உயர்விலிருந்து விடுபடுதல்—

இம் மூன்று திட்டங்கள் நிறைவேறினால், 'மூலிகை மணிக்குள்ள நெருக்கடி நிரந்தரமாகத் தீரும். உரிய நேரத்தில்—எவ்வித தொல்லையின்றி மேலும் பல சிறப்புகளுடன் 'மூலிகை மணி' பொலிவுடன் வெளி வரும் என்பதில் ஐயமில்லை.

இந்த மூன்று பிரச்னைகளும் தீர நன்கொடையோ — கடனோ — கேட்கவில்லை. மாறாக, 'மூலிகை மணிக்கு' — ஆயுள் சந்தாவாக ரூ. 251/— அளித்துதவ அன்பர்களை வேண்டுகிறேன்.

∴ வசதிமிக்க அன்பர்கள், ரூ. 251/— ஆயுள் சந்தா கட்டினால், அவர்களுக்கு எமது அன்பளிப்பாக,

∴ ரூ. 50 மதிப்புள்ள, 'நம் நாட்டு மூலிகைகள்' புத்தகசெட் ஒன்றும் 7 புத்தகங்கள் கொண்டது. —தினமணியில் வந்தவை.

❖ மூலிகை மணியின் கடந்த 10 ஆண்டு தொகுப்புகளான 10-வால்யும்கள்-ரூ 100/- மதிப்புள்ளவை ஆக, 150 ரூபாய் மதிப்புள்ள 'மூலிகை ஆய்வு நூல்களை' இலவசமாக அளிக்கப்படும்.

ஆயுள் சந்தா சேரும் அன்பர்கள் உதவியால், மேற்கண்ட நெருக்கடி தீரும் என்று நம்பியே இதனை அறிவித்துள்ளேன்

❖ 'மூலிகை மணி'யின் எதிர்கால வளர்ச்சிக்குரிய அடி உரமாகத் திகழும், —நீங்கள் செலுத்தும் ஆயுள் சந்தா

❖ பதினான்காவது ஆண்டில் எடுத்து வைக்கும் 'மூலிகை மணி' வெள்ளி விழா, பொன் விழா என்று காலம் கடந்து வாழ, வழிகாட்டும், — நீங்கள் செலுத்தும் ஆயுள் சந்தா

❖ 'சித்த மருத்'துவம் – உலக அரங்கில் இடம் பெற்று உயர் சிறப்புற உறு துணையாய் விளங்கும், —நீங்கள் செலுத்தும் ஆயுள் சந்தா

❖ ரூ. 150/– பெறுமானமுள்ள நூல்களை இலவசமாகப் பெறவும் உங்களின் சந்ததியினர் நோயற்ற நல்வாழ்வு பெற உதவிடும், —நீங்கள் செத்தும் ஆயுள் சந்தா.

❖ தாமதமின்றி உரிய நேரத்தில் – உயர்ந்த மருத்துவச் செய்திகளைப் பொலிவுடன் பெற உதவிடும், —நீங்கள் செலுத்தும் ஆயுள் சந்தா

அனைத்துக்கும் மேலாக,

இயற்கையின் இனிய நாதமாய் விளங்கும் ஈடு இணையற்ற பசுமையான மூலிகைகளின் அரிய புகழை மனித குலத்தின் நோய் தீர்க்கும் திறனைப்பாடும்

மதுர கீதமாய் – முரசொலியாய்
அளித்திடும் 'மூலிகை மணி'யின்
முதுகெலும்பாய்த் திகழும்,
—நீங்கள் செத்தும் ஆயுள் சந்தா

உங்கள் வீட்டில் பரம்பரை பரம்பரையாய்
ஆரோக்கியம் தழைக்கவும்,
சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பு நாடெல்லாம் முரசொலிக்கவும்—

ஆயுள் சந்தா ரூ. 251 மட்டும்

M. O., செக், டிராப்ட் மூலமாக.

அளித்து உதவுவீர்—

தினமணி புகழ்
வேலூர் டாக்டர் A. R கண்ணப்பர், R. M. P.
ஆசிரியர்: 'மூலிகை மணி'
7, அருளாம்பாள் வீதி; தி.நகர்,
சென்னை –600 017.

எனும் முகவரிக்கு அனுப்பினால், உடன் இலவசமாக ரூ. 150 மதிப்புள்ள நூல்களை அன்பளிப்பாக அனுப்பி வைக்கின்றோம்.

—ஆசிரியர்

நோயும் மருந்தும்

வாசகர் கேள்வியும்—ஆசிரியர் பதிலும்

(இப்பகுதியில் ஏற்கெனவே வெளிவந்த நோய் மருந்து பற்றிய வினு விடைகள் தொகுக்கப்பட்டு புத்தக வடிவில் "நோயும் மருந்தும்" என்ற பெயரில் 4 பாகங்கள் கொண்ட புத்தகமாக வெளியாகியுள்ளது. 4 பாகங்கள் விலை ரூ. 8-00. அஞ்சல் வழி பணம் அனுப்பிப் பெறலாம்)

வினு: மழைக் காலங்களில் வரக்கூடிய காய்ச்சல்களைப் போக்கவும், வராமல் தடுக்கவும் (குறிப்பாக, மலேரியா போன்றவை) உதவும் மூலிகை முறை ஒன்றைக் குறிப்பிடவும்.

விடை: நல்ல கேள்வி! மழை காரணமாகவும, ஆங்காங்கே நீர் தேங்கியதால் பரவும கிருமி, கொசு காரணமாக வரும் மலேரியா போன்ற காய்ச்சல்கள் வந்தபோதும், வராமல் தடுக்கவும் கீழ்க்கண்ட மூலிகைக் குடிநீரைப் பயன்படுத்தலாம். எளிய முறைதான். முயற்சியுடன் செய்தால் அபாயமில்லை. நோய் வராது. குறைந்த செலவு. எதிர்விளைவு ஆங்கில மருந்துபோல் நிச்சயம் இருக்காது.

செய்முறை விவரம்:—நிலவேம்பு
ஆடாதொடை
பற்பாடகம்
விஷ்ணுக்கரந்தை
கருந்துளசி
கண்டங்கத்திரி
சீந்தில்

இவைகளைச் சம அளவு சேகரித்து, $\frac{1}{2}$ படி நீர் விட்டுக் காய்ச்சி, $\frac{1}{4}$ படியாகச் சுருக்கி, ஒரு நாள் மட்டும் மூன்று வேளை 4 அவுன்ஸ் வீதம் பருகிவர, காய்ச்சல் வராது. காய்ச்சல் வந்தவர்க்கு, இதனையே நாள் தோறும் செய்துவர, மூன்று நாட்களில் தணியும்.

வினு: என்போன்று பருவ வயதுள்ளவர்க்கு 'முகப்பரு' பெருந்தொல்லையாக இருக்கிறது. இதனைத் தவிர்க்கவும்—வந்தால் போக்கவும் ஒரு எளிய மூலிகை முறையைக் கூறுங்களேன்.

விடை: பருக்களால் பாதிக்கப்பட்டவரே! பருவ வயதில் பருக்கள் வருவது தவிர்க்க இயலாது. என்றாலும் முகத்தை அடிக்கடி சந்தனம், சீயக்காய், மஞ்சள், போன்றவற்றைக்கொண்டு கழுவி வருவதால் ஓரளவு தடுக்கலாம் வந்தபின் போக்க, வெள்ளைப்பூண்டை அரைத்து பருக்கள்மீது தடவிவர வடுவின்றி மறையும். அம்மான் பச்சரிசியைக் கிள்ளினால் வரும் பாலையும் மேலே தடவி வரலாம்.

வினா: மூலிகை அண்ணா! உங்களுக்கு எத்தனை மூலிகைகளைப்பற்றித் தெரியும்?

விடை: கற்றது கைமண் அளவு தம்பி! தெரிந்தவரை—எழுதிக்கொண்டிருப்பேன. தவறாமல் எண்ணிக்கொண்டு வா!

வினா: 'கார்த்திகைச் செடி' என்று ஒரு செடி இருக்கிறதாம் இந்தச் செடியைக் கொண்டு இரசத்தைக் கட்டிவிடலாம் என்று அறிந்தேன். ஆனால் பரிபாஷையாய் இருப்பதால் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை, தாங்கள்தான் மூலிகை மன்னராயிற்றே! கார்த்திகைச் செடியைப்பற்றிக் கூறுங்களேன்!

விடை: ரசத்தைக் கட்ட விழையும் அன்பரே! அவ்வளவு எளிதாக ரசத்தைக் கட்டிவிட முடியாது குறைந்த பட்சம் 12 ஆண்டுகளாவது, சித்த மருத்துவத்தைக் கையாண்டு இருநூறு முன்னூறு மூலிகைகளைப் பார்த்துப் பழகி இருந்தால்தான் ரசம் கட்டும் முயற்சி வெற்றிகிட்டும். 'கார்த்திகைச்செடி' என்பது 'காந்தள்' மலரைக் குறிக்கும். காந்தள் மலர் கார்த்திகை மாதத்தில் மட்டும் சிறப்பாகப் பூக்கும் ஆதலால், காந்தள் செடிக்கு, கார்த்திகைச் செடி' என்று காரணப் பெயர் அமைந்தது. பெயர் விளக்கம் கூறிவிட்டேன். ரசத்தைக் கட்டிவிடுவீரா?

வினா: வெற்றிலை - பாக்கு போடுகிறார்களே! இதனால் உடலுக்கு நன்மையா? தீமையா? அவசியம் போடவேண்டும.

விடை: 'வெற்றிலை' என்பது அற்புதமான மூலிகையாகும் வாதத்தினை காக்கும் கபத்தை அடக்கும். பித்தத்தை நன்னிலையில் இயக்கும் எனவே வெற்றிலை போடுவதால் நிச்சயம் உடலுக்கு நலம் விளையுமே தவிர, தீமையில்லை. சுண்ணாம்பை அளவுடன் வெற்றிலை, பாக்குடன் சேர்த்து தரிப்பதால், செரிமானம் நன்கு ஏற்படும். குடற்புண் போன்ற நோய்கள் வாராது. நுரையீரல், இரைப்பை கோளாறு உள்ளவர்கள் வெற்றிலைப் பாக்கு போடலாம். ஆனால் புகையிலையை உடன் சேர்க்கக் கூடாது அத்துடன் ஒருவேளை மட்டுமே தாம்பூலம் தரிக்கலாம். மகப்பேறு அடைந்த மகளிரும், 40 வயதுக்கு மேற்பட்டவர்களும் கட்டாயம், வெற்றிலை பாக்கு போடுவது உடல் நன்மைக்குகந்தது.

வினா: உங்களுக்கு அதிர்ஷ்டத்தில் நம்பிக்கை உண்டா? லாட்டரிச் சீட்டில் பரிசு விழுந்தால் என்ன செய்வீர்கள்!

விடை: அதிர்ஷ்டத்தில் இருக்கும் நம்பிக்கையைவிட, கடவுளிடத்திலும் உழைப்பிலும், அறிவிலும், நம்பிக்கை அதிகம் உண்டு. பரிசுச் சீட்டு வாங்கியதில்லை. வாங்கும் உத்தேசமும் இல்லை. நீங்கள் வாங்கியிருப்பீர்களே! அந்தப் பரிசுச் சீட்டுக்கு பரிசு விழுந்தால் அந்தத் தொகையில் பாதியை 'மூலிகை மணி'க்கு நன்கொடையாகத் தாருங்கள். உங்கள் பெயரில் நிரந்தரமாக ஒரு மூலிகைத் தோட்டம் அமைத்துவிடுகிறேன். உங்களுக்கும் புகழ்! பெருமை! நாட்டுக்கும் நல்லது! சரிதானு?

வினா: எனக்கு வயது 25 ஆகிறது. ஆனுல் அதற்குத் தகுந்த மீசை முகத்தில் இல்லை. மீசை நன்கு கறுப்பாக வளர என்ன செய்யவேண்டும்?

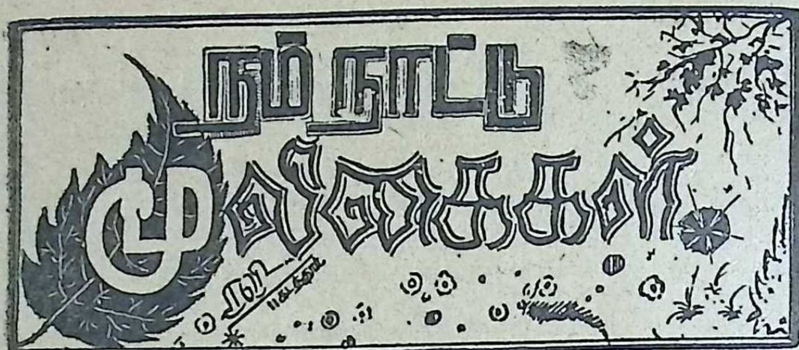
விடை: மீசை மீது ஆசைகொண்ட அன்பரே! வாரம் மூன்று முறை முகசவரம் செய்துவிட்டு இரவில் படுக்கும்போது தேங்காய் எண்ணெய் சிறிது முகத்தில் தடவி வாருங்கள். பொன்னுங்கண்ணி, முருங்கை, பேரீச்சம் பழம் இவற்றை நிறைய அடிக்கடி சாப்பிட்டு வாருங்கள். மீசை நன்கு முளைக்கும். எமது 'அவுரித் தைலம்' வாங்கி தடவி வரலாம். மீசை கறுப்பாக வளரும்.

வினா: பொதுவாக கபம் அதிகம் சேராமல் இருக்க என்ன முறைகளை கடைபிடிக்கலாம், உணவு முறைகளாகக் கூறினுல் நல்லது

விடை: பொதுவாக குழந்தைகளுக்கு கபம் சேராமல் தடுக்க, இனிப்பு வகைகள் கொடுப்பதைத் தவிர்க்கவும் அத்துடன் வாரம் ஒரு முறை, கர்ப்பூரவல்லி, தூதுவளை, முசுமுசுக்கை போன்றவற்றை பஜ்ஜி, துவையல் போன்ற முறைகளில் பயன்படுத்தலாம். பெரியோர்கள் எனில் காபி, சிகரெட், புகையிலை இவைகளை நீக்கிவிட்டு, கறுப்பு வெற்றிலையை உணவுக்குப்பின் தாம்பூலமாகத் தரிக்கலாம். குளிர்ச்சியான காய்கறிகளை நீக்கவும். இவ்விதம் செய்துவந்நால் கபச் சேர்க்கை குறையும்.

வினா: தோலில் சொறசொறப்பு இல்லாமல் 'பளபள' என்றிருக்க என்ன செய்யலாம்?

விடை: சத்துணவை சாப்பிட வேண்டும். ஆரஞ்சு, சாத்துக்குடி பேரீச்சம் பழம், ஆப்பிள், இவற்றைச் சாப்பிட வேண்டும். அத்துடன் இரவில் ஆலிவ் எண்ணெய் அல்லது தேங்காயெண்ணெயை மேலே பூசிக்கொள்ளலாம். சோப் பயன்படுத்தக் கூடாது. ஆவாரம்பூ, கடலைப் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு, சந்தனம் கலந்த பொடியை உடம்பில் தேய்த்துக் குளிக்க, தோல் ஒளி பெறும்.



211-வது மூலிகை!

குடசப்பாலை

'உயர்ந்த மனிதன்' – என்று குறிப்பிடுவோமே, அதுபோல் 'உயர்ந்த மரம்' என்று குறிப்பிடத் தக்கவற்றில், 'குடசப்பாலை' என்னும் மூலிகையும் ஒன்றாகும், 'வெட்பாலை' என்று தமிழகத்தில் குறிப்பிடும் மூலிகையினத்தின் இன்னொரு வகை மூலிகையே குடசப் பாலை. கசப்பு வெட் பாலை' என்றும் இதனைக் குறிப்பிடுவர். காடுகளிலும், மலைச்சரிவுகளிலும் வளரக் கூடிய மரம் குடசப்பாலை. 'குடசம்' என்பது சமஸ்கிருதச்சொல். சிகரம் என்று பொருள். சிகரம் போன்று உயரமாகவும், சிகரங்களில் காணக் கூடியதாலும், இதற்குக் 'குடசப்பாலை' என்று பெயர் வந்திருக்கக் கூடும். ஆனால் தமிழகத்தில் 'கசப்பு வெட்பாலை' என்று கூறினால் தான் பலருக்கும் சட்டென்று புரியும்.

பொது விவரம்

10 அடி முதல் 30 அடி உயரம் வரை வளரக் கூடிய மரம் குடசப் பாலை. மெலிந்து, $\frac{1}{2}$ முதல் 1 அடி நீளமுள்ள மஞ்சள் கலந்த பச்சை இலைகளுடன் கூடியது. இலையில் நரம்புகள் நன்கு மேலெழும்பி காணப்படுவதால் இலையில் மடிப்புகள் போல் காணப்படும். கறுப்பு, வெள்ளை என இருவித மலர்கள் பூக்கும். இதில் வெள்ளை நிற குடசப் பாலையே மிகுந்த மருத்துவப் பயனுகிறது. இந்த மரத்தின் விசேஷச் சிறப்பு என்னவென்றால் பட்டையை உரித்தால் பஞ்சுபோல் காணப் படும்.

மருத்துவப் பயன்

'குடசப்பாலை'யின் விதையும், பட்டையும் மிகுந்த மருத்துவப் பயன் தருபவை. ஆங்கிலத்தில் இதன் பெயரே, மருத்துவக் குணத் தைக் குறிக்கும் அடையாளப் பெயராக விளங்குகிறது. Holarrhena Antidysenteriea என்னும் பெயரில் உள்ள Antiuysenteriea என்பது

'சீதபேதியைத் தடுக்கும்' தன்மையைக் குறிப்பதாகும். எனவே குடசப்பாலை – சீதபேதி போன்ற நோய்களை வராமலும் வந்தால் தீர்க்கும் குணமுடையதாகவும் கருதலாம். பட்டையை சிதைத்து குடிநீர் செய்தோ பிறமருந்துகளுடன் கலந்தோ சாப்பிடுவதால் சீதபேதி, ரத்தபேதி, அதிசார பேதி ஆகியன கட்டுப்படுகின்றன. உடலை உரமாக்கவும், வளர்சிதை மாற்றங்கள் சரிவர நிகழவும் குடசப்பாலையின் பட்டையும் விதையும் பயிராகின்றன. காசநோய் கிருமி வளர்ச்சியினைத் தடுக்கும் ஆற்றல் இதற்குண்டு, என அண்மைக்கால ஆய்வில் கண்டுபிடித்துள்ளனர்.

செய்முறை விவரங்கள்

சீதபேதி நிற்க

இரத்தமும் சீதமும் கலந்து அடிக்கடி வயிற்றுவலியுடன் கூடிய சீதபேதி நிற்க,

குடசபாலையின் மரப்பட்டை 30 கிராம் எடுத்து இடித்து 1 குவளை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி ½ குவளையாகச் சுருக்கிப் பருகவும். இவ்விதம் காலை மாலை இருவேளை இரண்டு நாட்கள் பருக சீதபேதி கட்டுப்படும்.

இக் குடிநீருடன் மாம்பருப்பு, மாதுளை தோல் ஆகியவற்றையும் சேர்த்து கஷாயம் போட்டுக் குடிக்கலாம். காரம், புளி குறைத்து பூண்டு ரசம்; மோர் சாதம் பத்தியத்துடன் கடைபிடிக்கவும்.

வயிற்று நோய் தீர

உஷ்ண வாய்வு காரணமாக வயிற்றில் வலி உள்ளவர்களுக்கு, காலைவேளை, குடசப்பாலை மரப்பட்டையை இடித்துச் சாறுபிழிந்து 1 அவுன்ஸ், இஞ்சிச் சாறு ½ அவுன்ஸ் சேர்த்து அத்துடன் சர்க்கரை வேண்டிய அளவு கலந்து சாப்பிட்டு வர, மேற்குறித்த வயிற்று வலி தீரும். காப்பி, புகையிலை நீக்கவும்.

பல்வலி குணமடைய

பல்வேறு காரணங்களால் வரக்கூடிய பல்வலியின் போது, அவ்வலியைக் குறைக்க–இம் மரப் பட்டையுடன், இலவங்கம் 6 சேர்த்து குடிநீர் செய்து, அதனைக்கொண்டு இரண்டு முறை வாய் கொப்பளித்து வர பல்வலி தணியும்.

சொறி சிரங்கிற்கு மேற்பூச்சுத் தைலம்

குடசப்பாலையின் பட்டைச்சாறு	—	½ லிட்டர்
தேங்காயெண்ணெய்	—	1 லிட்டர்
சுருள் பட்டை	—	200 கிராம்
வெள்ளை குங்கிலியம்	—	10 கிராம்

ஆகியவற்றுடன் காய்ச்சி–பதத்தில் இறக்கி சொறி, சிறங்கு, கரப்பான் மீது தடவி வர, அவை ஒரு வாரத்தில் நீங்கும்.

அதிசார பேதி-சீதபேதிக்கு-கை கண்ட முறை

குடசப்பாலை பட்டை	—	100 கிராம்
வில்வப் பழ சதை	—	100 கிராம்
மாதுளம் வேர் பட்டை	—	100 கிராம்
மாம்பருப்பு	—	100 கிராம்

இந்நான்கையும் நிழலில் உலர்த்தி இடித்துப் பொடி செய்து துணியிலூட்டிய பொடியில் தினம் காலை மாலை இருவேளை—2 கிராம் முதல் 3 கிராம் அளவு தேனில் குழைத்து உண்ண அடிக்கடி ஆகும் அதிசாரபேதி, பித்த உஷ்ணம் காரணமாக வரும் சீதபேதி ஆகியன மூன்று முதல் ஐந்து நாட்களில் தணியும்.

விதையின் பயன்

குடசப்பாலையின் விதையை இடித்து முறைப்படி குடிநீர் செய்து பருகி வர, குடலில் சேரும் வாய்வுகளை வெளியேற்றும். சிறுநீர் புற வழியில் ஏற்படும் கல்லடைப்புகளை கரைக்கும். உடலின் உள்ளுறுப்புகளை குறிப்பாக, இரைப்பை போன்றவற்றை பலப்படுத்தும். 20 முதல் 40 நாட்கள் பயன்படுத்தி வர, நாடி நரம்புகளின் வலிமை பெருகி, காம உணர்வு திடப்படும்.

வியர்வை, நீரிழிவால் தொல்லைபடுபவர்களுக்கு

குடசப்பாலையின் விதை 10 கிராம், பட்டை 30 கிராம், மிளகு 6 சேர்த்து இடித்து குடிநீர் செய்து காலை குடித்து வர, வியர்வை தொல்லையும், நீரிழிவும் கட்டுப்படும்.

'வாத மறும் பேதிகட்கு மாருத நீரழிவுங்
ஏதம்போ மேகங் கடக்குங் காண் தீ தடரப்
பொங்கு கரப்பானும் போகா விரணமும் போம்
இந்த குடசப்பாலைக்கே —(கும்பமுனி)

சீதபேதி ஸ்பெஷலிஸ்ட்

இன்று நவீன மருத்துவர்களிடையே ஒவ்வொரு நோய்க்கும் 'ஒரு ஸ்பெஷலிஸ்ட்' இருக்கிறார்கள், 'நம் நாட்டு மூலிகைகளிலும்' இத்தகைய ஸ்பெஷலிஸ்ட்டுகள் உண்டு.

தூதுவளை, முசுமுசுக்கை	—	ஆஸ்துமா ஸ்பெஷலிஸ்ட்
பிரண்டை	—	குன்மம ஸ்பெஷலிஸ்ட்

கட்டுக்கொடி, சிறுசின்னி, சங்கன் — மேக நோய் ஸ்பெஷலிஸ்ட் என்று 'லிஸ்ட்' செய்து கொண்டே போனால், இவ்விதம் மூலிகையான 'குடசப்பாலையை'

'சீதபேதி ஸ்பெஷலிஸ்ட்

என்று குறிப்பிடலாம். இதனை உறுதிப் படுத்துவதுபோல் உள்ளது. இம்மூலிகையின் ஆங்கிலப் பெயரான Holarrhena Antidysenterica. உங்களுக்கு சீதபேதி வருமேயானால்—குடசப்பாலையை கவனத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங்கள்........

அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை

ஐயா, நான் தங்களின் நேத்திரப் பூண்டுத் தைலத்தை உபயோகித்து வருகிறேன். மற்ற மருந்துகளைவிட இதனால் அதிக குணம் அடைந்திருக்கின்றேன்.

இப்படிக்கு,
சி. இராமசாமி முதலியார்,
நாகிரெட்டிபாளையம்.
முகாசிப்புதூர் P.O., பவானி Tk.

பேரன்புடைய டாக்டர் அவர்கட்கு வணக்கம்.

தங்களிடம் நேரில் ஆலோசனை பெற்று, மருந்து வாங்கி சாப்பிட்டு குணம் அடைந்துள்ளேன் தறபோது பூரணமாக குணம் அடைந்துள்ளேன். தங்களுக்கும் தங்கள் குடும்பத்தாருக்கும் நீண்ட ஆயுளைக் கொடுக்க முருகனை வேண்கிறேன்.

தங்கள் உண்மையுள்ள,
II. பரமசிவம்,
171-A, கிராஸ்கட் வீதி, கோவை-12

நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்

(அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை)

ஐயா, திருச்செங்கோட்டில் உள்ள சித்தப்பாவிற்கு வயது 50, கண்களில் பிறை காரணமாக "cataract" தூரப் பார்வையும், மண்டையிடியும் தலைவலியும் இருந்தது தங்களின் ஆலோசனைப்படி "நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்" ஒரு பாட்டில் அவருக்கு வரவழைத்து பயன்படுத்தும்படி கொடுத்தனுப்பியுள்ளேன். அவரும் நான் கூறியபடி உபயோகித்தார். தற்சமயம் மண்டையிடி தலைவலி நின்றுவிட்டது, பார்வையில் முன்னேற்றம் தெரிகிறது. தங்களுக்கு நன்றி. இன்னொரு பாட்டில் நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம் அனுப்பவும்,

இப்படிக்கு,
M. சந்திரசேகரன்
Pharmacist, ESI Mobile Dispensary, Salem-4

நேரிலும், அஞ்சல் வழி ஆலோசனைக்குப் பின்னும் கண்ணொளி காக்கும். நேததிரப் பூண்டுத் தைலம் பெற, ரூ. 24-00 M.O. மூலம் 'மூலிகை மணி', 7, அருளாம்பாள் வீதி, சென்னை-600017 எனும் முகவரிக்கு அனுப்பிப் பெறலாம்.

காடு கொடுத்த மருந்து

—பிலோ இருதய நாத்—

1937-இல் ஒரு நாள் குருவிக்காரி ஒருத்தி "பசி" என்று கேட்டு என் வீட்டுக்கு வந்தாள். என் தலையில் ஏற்பட்டிருந்த சொட்டையை அவள் கவனித்தாள். அதற்கு மருந்தாக ஒரு கொட்டையைக் கொடுத்தாள். அவள் கூறியபடி அதை ஒரு சில நாட்கள் தொடர்ந்து தலையில் தேய்த்து வந்தேன். என் தலையில் சொட்டை விரைவில் மறைந்துவிட்டது. அந்த மகிழ்ச்சியில் நன்றி உணர்வுடன் அவளுக்கு ரூபாய் ஐந்து அன்பளிப்பாகக் கொடுத்தேன். "மருத்துவ உதவிக்குக் கூலியா?" என்று வியப்படைந்த அவள் அதை ஏற்க மறுத்துவிட்டாள்.

பிச்சை கேட்கும் குருவிக்காரியின் நாகரிகமற்ற வெளித்தோற்றத்துக்குள்ளே ஒளிந்துகொண்டிருந்த உயர் பண்பாட்டை அறிந்து வியந்தேன்.

இவ்வாறுகப் பல இன்னல்களுக்கிடையில் பழங்குடி மக்களைத் தேடிச் சென்று நான் அடைந்த அநுபவங்கள் பல. (குறிப்பிட்ட ஒரு பச்சிலையைத் தடவி மூங்கில் குழாயில் பாலை ஊற்றி வைத்து, 3 அமாவாசை காலம வரையில் பால் கெடாதபடி வைத்துக்கொள்ளும் விசேஷ முறையை நான் அவர்களிடந்தான் கண்டேன்.)

படுக்கையில் சில விசேஷ மூலிகை மருந்துகளைப் போட்டுக்கொண்டு, பாம்பு மிகுந்த காட்டில் படுத்துறங்குகிறார்கள் சில பழங்குடிகள். இப்படிக் காட்டில் வாழ்பவர்கள் பயன்படுத்தும் பொருள்களையே கொண்டுவந்து, கிராமங்களிலும் நகரங்களிலும் காட்டி, அவற்றின் சரியான பெயர்களைத் தெரிந்து கொண்ட பின்னரே எழுதுகிறேன். ஏனென்றால், காட்டிலும் மலையிலும் அவர்கள் சில பச்சிலைகளுக்குக் கூறும் பெயர்கள் வித்தியாசமான பெயர்களாகத் தோன்றுகின்றன தமிழிலே எல்லா மக்களுக்கும் பயன்படக் கூடிய இலக்கியம் ஒன்று இருக்கிறதென்றால், அது சித்த வைத்தியக் கலையோயாகும் சாதி, மதம், மொழி, இன வேற்றுமைகள் இல்லாமல் எல்லா மக்களுக்கும் உதவுவது இது

நாடோடி ஆதிவாசிகள் மயில் எண்ணெயை விற்பனை செய்கிறார்கள். அதை வாங்கி வாயுப் பிடிப்புள்ள இடங்களில் தேய்த்துக்கொண்டு சுமார் ஆறு மணி நேரத்துக்குப்பின் வெந்நீரில் குளிப்பதோ சுத்தா செய்துகொள்வதோ நலம்.

சுத்தமான மயில் எண்ணெய்தான் என்பதைத் தெரிந்துகொள்ள ஒரு துடைப்பக் குச்சியை எடுத்து அதில் மயில் எண்ணெயைத் தடவிக்கொண்டே இருக்க வேண்டும். சிறிது நேரத்துக்குப்பின் குச்சியைக் கம்பிபோல் பத்துச் சுற்றுகள் சுற்றலாம்.

வயிற்று வலிக்கு:—முருங்கைக் கீரையை ஒரு கைப்பிடி எடுத்துச் சுத்தமான தண்ணீரில் கழுவி, உரலில் போட்டு நன்ருக இடித்துச் சாறு

பிழிந்துகொண்டு, காலை, பகல், மாலையில் கொஞ்சம் சர்க்கரையுடன் அதைக் கலந்து உணவுக்கு முன் $\frac{1}{4}$ ஆழாக்குச் சாப்பிட்டு வந்தால் வயிற்று வலி குணமாகும்.

இடுப்பில் வரும் வண்ணார் புண் :—இது சாதாரணமாய் எங்கே வாழ்ந்தாலும் சரி, சிலருக்கு உண்டாகும் இந்தப் புண் இருப்பவர்கள் இடுப்பைச் சுத்தமாகக் கழுவிக்கொண்ட பின், வாழைப் பழத்தோலின் உள் பக்கத்தைப் புண்ணின்மேல் வைத்துக் கட்டிக்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுது தாங்க முடியாத எரிச்சல் உண்டாகும். சில நாட்களில் முற்றும் குணம் அடைந்துவிடும்.

கண் நோய் : கடுமையான கண் நோய் இருப்பவர்களுக்கு நீலகிரியில் வாழும் ஆதிவாசிகள், வெங்காயத்தை வெள்ளைத் துணியில் மூட்டைக் கட்டிப் பிறகு நசுக்கிக் கண்ணில் பிழிவார்கள். சில மணி நேரங்களில் நோய் குணமாகிறது.

தொண்டையில் வரும் டான்சில்ஸ் :—சுத்தமான குங்குமப் பூவை இரண்டு கீற்று எடுத்து வெற்றிலையில் வைத்து வியாதியுள்ளவர்களுக்குக் காலை, மாலை கொடுக்க, இரண்டே நாட்களில் குணம் காணலாம்.

தேள் கொட்டினல் :—கேரள நாட்டு ஆதிவாசிகள், தேள் கொட்டினல் உடலின் எந்தப் பக்கத்தில் கொட்டுகிறதோ, அதற்கு எதிர்ப் பக்கத்துக் கண்ணில் ஒரு சொட்டு சுத்தமான உப்புத் தண்ணீரை விடுகிறார்கள். உப்பு நீரால் தேள் கொட்டிய இடத்தில் கீழ்ப்பக்கமாக உருவிக் கழுவ வேண்டும் 5 நிமிஷத்தில் விஷம் இறங்கிவிடுகிறது.

வயிற்றில் உள்ள நாக்குப் பூச்சி போக :—வயிற்றில் நாக்குப் பூச்சி இருப்போர் கண்ட மருந்தும் சாப்பிடக் கூடாது. வயதுக்குத் தகுந்தாற் போல் நல்ல சிற்றாமணக்கெண்ணெயை ஒரு கிண்ணத்தில் ஊற்றி அதே எண்ணெயின் அளவுக்கு நாட்டுச் சர்க்கரையைப் போட்டு நன்ருகக் கலக்கிய பிறகு அதிகாலையில் சுமார் ஆறு மணிக்குக் குடித்துவிடவேண்டும். வயிற்றில் இருக்கும் பூச்சிகள் வெளியில் வந்துவிடும். அன்று பழரசம் மட்டுமே சாப்பிட வேண்டும். குளிக்கக் கூடாது. பப்பாளிப் பாலுடன் சுத்தமான தேன் கலந்து சாப்பிட்டாலும் வயிற்றிலுள்ள நாக்குப் பூச்சிகள் இறந்துவிடும். பிறகு கொஞ்சம் ஆமணக்கு எண்ணெய் சாப்பிட்டால் பூச்சிகள் வெளியே வந்துவிடும். வயதுக்குத் தக்கபடி அளவுகள் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தொண்டைக் கம்மலுக்கு :—சித்தரத்தை 10 காசுக்கும், அதிமதுரம் 10 காசுக்கும், அரிசித் திப்பிலி 10 காசுக்கும் வாங்கி ஒன்ருக இடித்து, அதை இரு பாகமாக்கி ஒரு பாகத்தில் நான்கு ஆழாக்குத் தண்ணீராகச் சுண்டியதும், அதை ஒரு நாளைக்கு மூன்று வேளையாகப் பிரித்துச் சாப்பிட வேண்டும். மீதிப் பாதி மருந்தை மறு நாளைக்கு அதைப் போலவே செய்து மூன்று வேளை சாப்பிட வேண்டும். இதைப் போல் நான்கு நாட்களுக்குச் சாப்பிட்டால் தொண்டைக் கம்மல் குணமாகும்.

ஒற்றைத் தலைவலி மருந்து :—மரு தோன்றி (மருதாணி)யை 'அழவான இலை' என்றும் சொல்வார்கள். அந்த இலையை அரைத்து எந்தப் பக்கத்தில் தலைவலி எடுக்கிறதோ, அந்தப் பக்கத்துக் காலின் அடிப் பாகத்தில், பாதத்தில் புதிய பத்துக் காசு அளவு வட்டமாக வைத்து, துணியால் கட்டிக்கொண்டு இரவில் படுத்துவிட வேண்டும். ஒரு தடவை செய்தால் போதும், உடனே ஒற்றைத் தலைவலி நின்றுவிடும். மறுபடி தலைவலி வரும்போதும் அப்படிச் செய்யலாம்.

அஜீரணம் :—அடிக்கடி அஜீரணத்தால் துன்பப்படும் நண்பர்கள் தினமும் பப்பாளிப் பழத்தை ஒரு துண்டு சாப்பிட்டு வந்தால் எப்படிப் பட்ட அஜீரணமும் போகும்.

(– தொடரும்)

மூலிகை மணி கண்ணப்பரின்

சித்த மருத்துவ ஆய்வுக் கழகர் ஐந்தாம் கருத்தரங்கு நிகழ்ச்சி

நாள் : 25–12–77 (இயேசுபிரான் அவதரித்த நன்னாள்)

இடம் : சென்னை மாவட்ட மைய நூலகக் கட்டிடம்
கருத்தரங்க அறை (முதல் மாடி)

நேரம் : மாலை 5 மணி

பொருள் : 'நவீன ஆய்வில் மூலிகைகள்'

கட்டுரையாளர்கள்:–

திரு. கோபாலகிருஷ்ணன், எம்.எஸ்ஸி,

திரு. தனஞ்செயன், எம்.எஸ்ஸி,

(விரிவுரையாளர்கள், ஆதார மருத்துவ அறிவியல் நிலையம் தரமணி, சென்னை)

சுவையான செய்திகள்! நிறைவான ஆய்வுக் குறிப்புகள்!!
பெற்றிட திரண்டு வாரீர்!!!

சமய ஒப்பியல்

காரைக்கால் அம்மையாரும், புரந்தர தாசரும் - ஓர் ஒப்பாய்வுக் குறிப்பு

டாக்டர் ந. சஞ்சீவி

இருபதாம் நூற்றாண்டுத் தமிழில் இமாலயச் சிறப்பாய் இலங்குவது 'கலைக் களஞ்சியம்'. இதில் காரைக்காலம்மையார் பற்றிய குறிப்பு வருமாறு :

அறுபத்து மூன்று சிவனடியார்களில் ஒருவர். இவர் தமிழ்நாட்டில் காரைக்காலில் வணிகர் மரபில் தோன்றிய தனதத்தர் புதல்வியார்; பரமதத்தர் மனைவியார்; புனிதவதி என்னும் பெயரினர். இவர் பரமதத்தருடன் இல்லறம் நடத்தும்போது, ஒருநாள் பரமதத்தர் இரண்டு மாம்பழங்கள் கொண்டுவந்து கொடுத்தார். அன்று சமையல் முடியுமுன் வந்த ஒரு சிவனடியார் பசியைத் தணிக்கக் கறியமுதுக்குப் பதிலாக அம்மாம்பழங்களில் ஒன்றைப் புனிதவதியார் அரிந்து வைத்து உணவு படைத்தார். பிறகு வந்த கணவருக்கு மற்றொன்றைப் படைத்தார். கணவர் அதன் இனிமையில் ஈடுபட்டு, இரண்டாவது பழத்தையும் கொண்டுவரக் கட்டளையிட்டார் கணவர் கட்டளையின்றிச் சிவனடியாருக்கு மாங்கனி படைத்தது தவறெண்ணிய புனிதவதியார் சிவபெருமானை வேண்டி, மற்றொரு மாங்கனி பெற்று வந்து கணவருக்குப் படைத்தார். பிறகு, இதன் உண்மையை உணர்ந்த பரமதத்தர் இவரைத் தெய்வமெனப் பாவித்து, உடன்வாழ அஞ்சி, அவரிடம் சொல்லாமல் பாண்டிநாட்டிற்குச் சென்று, மற்றொரு பெண்ணை மணந்து வாழ்ந்தார். கணவர் கருத்தை உணர்ந்த புனிதவதியார் கணவருக்காகச் சுமந்த வனப்புமிகுந்த ஊனுடலில் உள்ள ஊனை உதறிவிட்டு, வானமும் நிலமும் போற்றுமாறு எலும்புடர்புடையராய்க் கைலாயம் சென்றார் அங்குச் சிவபெருமான் அருளியபடியே தமிழ்நாட்டிலே திருவாலங்காட்டில் சிவபெருமானுடைய திருக்கூத்தைக்கண்டு மகிழ்ந்த வண்ணம் அப்பெருமான் திருவடி நிழலில் என்றும் நீங்கா அன்புடன் இன்புற்றிருந்தார். சிவபெருமான் இவரை அம்மையே என்றழைத்ததனால் காரைக்கால் அம்மையார் என்ற திருப்பெயர் பெற்றார். இவர் அருளிச் செய்த நூல்கள் அற்புதத் திருவந்தாதி, திருவிரட்டை மணிமாலை, மூத்த திருப்பதிகம் என்பவை. இனிய பொருளும் பேரன்புச் சுவையும் கொண்ட அவை பதினோராம் திருமுறையில் சேர்க்கப் பெற்றுள்ளன.

இதே கலைக்களஞ்சியத்தில் புரந்தரதாசர் பற்றிய குறிப்பு வருமாறு:

புரந்தரதாசர் (1484-1564) இவர் பல்லாரி மாவட்டத்தில் ஹம்பி நகரத்திற்கு அருகிலுள்ள 'புரந்தரகட' என்னும் ஊரில், பிராமண குலத்தில் பிறந்தார். இவருடைய தந்தையார் வரதப்ப நாயக் என்னும் கோடீசுவரர்; தாயார் கமலாம்பாள், கன்னடத்திலும் சமஸ்கிருதத்திலும் சங்கீதத்திலும் இவர் சிறந்த புலவரானார். பதினாறாவது வயதில் இவர் சரஸ்வதிபாய் என்னும் மங்கையை மணஞ் செய்துகொண்டார். இருபதாவது வயதில் பெற்றோர்களை இழந்தார். பின்னர், தகப்பனார் நடத்திவந்த இரத்தின வணிகத்தைத் தாமே நடத்தி வந்தார்.

இவர் தம் திறமையால் செல்வத்தைப் பதின்மடங்கு பெருக்கிக் கொண்டு நவகோடி நாராயணன் என்ற பெயருடன் விளங்கி வந்தார். செல்வம் மிகுந்தோறும் இவருக்கு உலோபமும் அதிகமாயிற்று. இதைக் குறித்து இவர் மனைவியார் பன்முறை வருத்தப்பட்டதுண்டு.

ஒருநாள் ஓர் அந்தணர் தம் புதல்வரின் உபநயனத்திற்காகத் தாசரவர்களை வந்து யாசித்தார். இவர் நாளைக்காகட்டும் என்றார். மறுநாள் அந்தணர் வந்து கேட்டும் இதே பதிலைக் கொடுத்தார், அந்தணரும் பொறுமையை இழக்காமல் ஒவ்வொரு நாளும் வந்து கேட்டும், காலங்கடத்தி வந்ததால் அவருக்கு வெறுப்புண்டாகித் தாசருடைய மனைவியாரிடம் போய்க் கேட்க, அவர் சற்றேனும் யோசியாமல் தம் விலையுயர்ந்த வைர மூக்குத்தியைக் கழற்றிக் கொடுத்து, 'இதைத் தாங்கள் விற்று உபநயனத்தை நடத்திக் கொள்ளுங்கள்' என்று சொல்லி அனுப்பினார். அவர் புரந்தர தாசரிடம் சென்று அம்மூக்குத்தியை விற்றுப் பணம் பெற்றுச் சென்றார். தாசருக்கு அவ்வாபரணத்தைப் பார்த்ததும் ஐயம் ஏற்பட்டது. உடனே மனைவியின் மூக்குத்தியைக் கொண்டுவரும்படித் தம் ஆளை அனுப்பினார். அந்த ஆள் வந்து செய்தியைத் தெரிவித்ததும் சரஸ்வதிபாய்க்குத் திகைப்பும் பயமும் உண்டாயின. ஒன்றும் தோன்றாமல் கடவுளைத்தியானம் செய்தார். இவர்களுக்குக் குலதெய்வமாகிய பண்டரிநாதர் கிருபை கூர்ந்து, அந்த மூக்குத்தியைப் போலவே ஒன்றைக் கையில் வரச் செய்தார். தேவியாருக்கு உடனே வியப்பும் அளவற்ற உவகையும் உண்டாயின. அம்மூக்குத்தியை வந்த ஆளிடம் கொடுத்தனுப்பினார்.

தாசர் மனைவியிடமிருந்து வந்த மூக்குத்தியையும், அந்தணரிடமிருந்து வாங்கிய மூக்குத்தியையும் ஒப்பிட்டு, இரண்டும் ஒரே மாதிரியிருக்கவே, வியப்புற்று, மனைவியிடம் ஓடிவந்து, நடந்ததை ஒளியாமல் கூறும்படிக் கேட்டார். அவரும் பயந்து நடந்ததை முழுவதும் கூறினார். அப்போது தாசருக்கு மெய்யறிவு ஏற்பட்டது. உடனே தம் பொருள்கள் யாவற்றையும் தானம் செய்துவிட்டுப் பின்னர், தலயாத்திரைக்குப் புறப்பட்டார். பல தலங்கட்குச் சென்று வழிபாடு செய்து கடைசியாகப் பண்டரிபுரத்திற்கு வந்து சேர்ந்தார்.

தாய்மொழியில் கீர்த்தனைகளைச் செய்த ஆதிவாக்கேயகாரர்களில் பலர் இவருடைய நடையை அனுசரித்து உருப்படிகளை இயற்றியுள்ளார்கள்,

தாசரவர்கள் கடைசிக் காலத்தில் சந்நியாச ஆசிரமத்தைப் பெற்றார்.

2, ஜனவரி, 1564 வைகுந்த பதவி அடைந்தார்.

மேற்கண்ட இரு குறிப்புகளையும் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும்போது மாங்கனி–மூக்குத்தி அற்புதம் ஒரு பாணி [attern] என்பது விளங்கும். காரைக்காலம்மையார் காலம் கி.பி. 400—600 என்பர் டாக்டர் மா. இராசமாணிக்கனார்.

கருநாடகம் ஓர் ஆண் 'காரைக்காலம்மையாரை' க் காண்பதற்குச் சற்றேறப்ப ஆயிரம் ஆண்டுகட்கு முன்பே தமிழகம் ஒரு பெண் புரந்தரதாசரைக் கண்ட பெருமையே பெருமை! . . .

வயிற்றுளைச்சலும், கழிச்சலும் விடாமல் இருக்கிறதா? மாதுளம்பழத் தோல் கிடைக்குமா பாருங்கள். கிடைத்தால் அதனை இடித்து, அத்துடன் 5 கிராம்பு சேர்த்து சிதைத்து, 1 குவளை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி ½ குவளையாக்கி, காலை மாலை ¼ குவளை வீதம் இரண்டு நாள் பருகுங்கள். இரண்டு நோய்களும், இரண்டு மருந்தால், இரண்டு நாளில் போய்விடும்.

ஃ ஃ ஃ

நாட்டு மருந்து கடைக்குப் போங்கள். மென்தால், தைமால், கற்பூரம், என்ற மூன்று மருந்துகளின் பெயரைச் சொல்லுங்கள் (தமிழில், ஓம உப்பு, புதினு உப்பு, என்று சொன்னல் கடைக்காரருக்குத் தெரியாது) ஒவ்வொன்றையும் ஒரு ரூபாய் எடைக்கு வாங்கி ஒரு கண்ணுடி பாட்டலில் அடையுங்கள். 10 நிமிடத்தில், மூன்றும் ஒன்ருகக் கரைந்து திரவமாகிவிடும். நன்ருக 'கார்க்' போட்டு மூடி, 'தலை வலித் தைலம்' என்று லேபிள் ஓட்டி வைத்து விடுங்கள். தலை வலி, கழுத்து வலி சலதோடம் வந்தபோது, மேற்படித் தைலத்திலிருந்து - இரண்டு சொட்டு எடுத்து நன்ருக வலியுள்ள இடத்தில் தேய்த்துவிட்டு ½ மணி நேரம் கண்களை மூடிக்கொண்டு ஓய்வெடுங்கள். தலைவலி—'பட்படார்' என்று போய்விடும்.

ஃ ஃ ஃ

வயிற்றுப் புண், வாயுத் தொல்லை உள்ளவர்கட்கு ஒரு குட் நியூஸ்! அதிமதுரம் என்ற கடைச்சரக்கை வாங்கி வாயில் அடக்கி அதனுல் வரும் உமிழ் நீரை விழுங்கி வரலாம். அல்லது அதிமதுரத்தை வெந்நீரில் காய்ச்சி அடிக்கடி பருகி வரலாம் இதனுல் இரண்டு நோயும் குணமாகுப் செலவுமல்லை; ரியாக்ஷனும் வராது; ஆனுல் மதுவும், சிகரெட்டும், காபியும் சாப்பிடக் கூடாது.

ஊமத்தன் இலையை பீடி போல் சுருட்டி, ஆஸ்த்துமா நோயாளிகள் புகைக்கின்றனர். நல்லதுதான். தீவிர நோயாளிகளுக்கு மட்டுமே இது நல்லது. ஆரம்ப நிலையிலும், சிறுவர்கட்கும் இம்முறை நல்லதல்ல, அதிலும், இப்புகையினுல் வாந்தியும், மயக்கமும் வருபவர்கள் பயன் படுத்தக்கூடாது. ஊமத்தன் இலையை அளவுடன், பயன் படுத்தினுல் ஆஸ்த்துமா தணியும். அளவுக்கு மீறினுல் ஆள் அவுட் ஆகிவிட வாய்ப்புண்டு. எச்சரிக்கை!

ஃ ஃ ஃ

புயல், மழை, காரணமாக வரும் சன்னிக்காய்ச்சல், முறைக் காய்ச்சல் வராமல் தடுக்க, 'நில வேம்பு' எனும் மூலிகையை கஷாயம் போட்டுத் தினம் இருவேளை குடியுங்கள். காய்ச்சல் கிட்டே வராது.

ஃ ஃ ஃ

வெங்காயம் பற்றி ஒரு கதை கேட்கின்றீர்களா? திடீரென்று கண்பார்வை குன்றிவிட்ட ஒருவர் பல டாக்டர்களிடம் சென்றும் குணம் காணுமல் மனம் சலித்துப்போய்; இறுதியாக ஒரு ஓட்டலில் வேலை செய்து வந்தாராம். ஒரு நாள், 5 கிலோ வெங்காயத்தை உறித்து துண்டாக்கச் சொன்னுர்களாம். பாதி அளவு வெங்காயத்தை நறுக்கியபோது பார்வையில் தெளிவு தெரிய ஆரம்பித்ததாம். கண்களில் மளமள வென்று வெள்ளையாக நீர் கொட்டியதாம். ஐந்து கிலோ வெங்காயத்தை நறுக்கி முடித்த பின் முக்கால்வாசி பார்வை தெரிய ஆரம்பித்ததாம். 'காட்ராக்ட்' என்று சொல்வார்களே, 'கண்பிறை' நோய்க்கு வெங்காயம் நல்ல மருந்து – என்பதை இக் கதை உறுதி படுத்துகிறதாம். 'காட்ராக்ட்'காரர்களே – வெங்காயத்தின் தோலை நீங்கள் உரியுங்கள். உங்கள்கண்பிறைத் தோலை வெங்காயம் உரிக்கும்.

சித்தர்களில் சிலர்

டாக்டர் இரா. மாணிக்கவாசகம்

முன் தொடர்ச்சி

"வேறு அனுபவம் ஏதேனும்"......

'ஒன்னுமில்லீங்க. அவங்க ஒரு மகான். அவங்களைத் தரிசனம் செய்யரதோட சரி. எதையும் வேண்டிக்கொண்டு போறதில்லை...

இவரது உயர்ந்த உள்ளத்தை உள்ளத்துள்ளேயே பாராட்டினேன்.

வல்ல நாட்டுச் சித்தர்; விபூதி சாமியார், திருவலம் சுவாமிகள் முதலிய பல சித்தர்களைப்பற்றி அவர்தம் அனுபவங்களைக் கூறினார்.

சித்துக்களைப் பற்றி அவர் என்ன நினைக்கிறார் என்று தெரிந்து கொள்ளும் ஆசை எனக்கெழுந்தது.

'இத்தனை துறவிகளையும் ஆன்மீக வாதிகளையும் தெரிந்து வைத்திருக்கிறீர்களே இவர்களில் நீங்கள் உண்மையான சித்தர்கள் என்று யாரையேனும் நினைக்கிறீர்களா ?" எனது கேள்வி இது.

அவரிடமிருந்து உடனே பதில் வரவில்லை. ஆழ்ந்த சிந்தனையிடையே புன்முறுவல் முகத்தில் பளிச்சிட்டது.

'சிலர் சில வித்தைகளைச் செய்து விளம்பரமும் பொருளும் சேர்க்கிறார்களே !......நான் சற்று இழுத்தேன்,

'கடவுள் படைப்பில் அவங்க அவங்க தத்தமக்கு விதித்ததைச் செய்யராங்க. சரின்னு சொல்றதுக்கும் தப்புன்னு சொல்றதுக்கும் ...... அவர் தமக்கே உரிய மலர்ந்த முகத்தில் புன்னகை வெளிப்பட்டது வார்த்தைகளை முடிக்காமல் நிறுத்தினார்.

'அருட்பெருஞ்சோதி தனிப்பெருங்கருணை' என்னும் தாரக மந்திரத்தை அருளிய இராமலிங்க அடிகளாரின் பெயரில் அருட்பணிமன்றம் நடத்திவரும் பெருந்தகை பொள்ளாச்சி வள்ளல். அவரிடம் பொதுமையான கருத்தைத் தவிர சார்பான கருத்து எதிர்பார்த்தது எனது மடமை என்பதுணர்ந்தேன்.

ஏனென்றால் எனக்கென்று ஒரு கருத்தை உருவாக்கி வைத்திருந்தேன். சித்துபற்றியும் சித்தர்கள் பற்றியும் கடந்த பதினைந்து ஆண்டுகளாக சிந்தித்து வருபவன். அவற்றின் உண்மை காணத் துடிப்பவன், சித்தர்கள் என்று என்மனம் முடிவெடுத்து அவர்களோடு தொடர்பு கொண்ட அனுபவத்திற்கும் நூலறிவுக்கும் எட்டிய வரை உண்மை சித்தர்கள் விளம்பரம்—காசு, பணம் பெற்றதில்லை—பெறுவதில்லை—பெறவும் மாட்டார்கள். காரணம் அவர்கள் சிந்தனை அற்பத்னமான பொருள்களின்மேல் படிவதில்லை, அவர்கள் என்றும் அழியாத பேரறிவு, பேரின்பம், இவற்றை விழைபவர்கள், உணர்வு வழி அன்றி அறிவுவழி உலகைக் காண்பவர்கள்:

இராமகிருஷ்ண பரமஹம்சரிடம் ஒரு லட்சாதிபதி வந்தாராம் சந்ததி ஏதும் இல்லாத அவர் தமது செல்வத்தை எல்லாம் சுவாமிகளிடம் சேர்க்க விரும்பினாராம். உடனே சுவாமிகள் 'நான் நிம்மதியாக இருப்பது தங்களுக்கு பிடிக்கவில்லையா' என்றாராம்; வந்தவர் வியந்து நின்றாராம். 'பணம் வந்தால் என் மனம் பணத்தைச் சுற்றி கொண்டே இருக்கும், யாருக்கு உதவலாம்? எந்த வகையில் உதவலாம்? எங்கெங்கு எந்த எந்த விதமாக அறக்கட்டளைகளை நிறுவலாம்? யார்யாரை பொறுப்பாளராக நியமிக்கலாம்? அவர் எந்த அளவுக்கு உண்மையாக உழைக்கிறார்? இப்படிப் பலவகையான சிந்தனை எனது இறைச்சிந்தனையைக் கெடுத்துவிடும் என்று விளக்கினாராம் சுவாமிகள் வந்தவர்க்கோ போக மனமில்லை. 'உங்களுடைய நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான யாரையாவது சொல்லுங்கள் அவர் பேரில் எழுதி வைத்து விடுகிறேன் அவர் அதை வைத்துக்கொண்டு நல்ல செயல்களைச் செய்யட்டும்' என்றாராம். சுவாமிகள் உடனே 'இது அதை விடப் பெரும் தவறு. அவரிடம் கொடுத்த பணத்தை என்ன வழிகளில் எவ்வளவு செலவழித்திருப்பார்? தவறாக பயன்படுத்தி இருப்பாரா? கணக்கில் பொய் கலந்திருக்குமா? இப்படிப் பல சிந்தனைகள் எனக்குத் தோன்றும். அதுமட்டுமல்ல பொருள் நிறையக் கொடுத்து அவரைக் கெடுக்கத் தூண்டிய குற்றத்துக்கும் ஆளாகிறோம்' என்றாராம்

'இப்படி ஒரு பைத்தியமா? வலியவரும் சீதேவியை யாரேனும் ஒதுக்குவார்களா? பொருளில்லார்க்கு இவ்வுலகில்லை என்ற குறளையே ஓயாமல் மனப்பாடம் செய்து கொண்டிருக்கும் நமக்குத்தோன்றும் எண்ணம் இது. இப்படி ஒரு பைத்தியமல்ல பல பைத்தியங்கள் இருக்கிறார்கள். இராமலிங்க அடிகளாரும் ஒருவர். பிள்ளைச்சிறு விண்ணப்பத்தில் ஒரு பாடலே சான்று,

"பணத்திலே சிறிதும் ஆசை ஒன்றிலை நான்
படைத்த அப் பணங்களைப் பலகால்
கிணற்றிலே எறிந்தேன் குளத்திலும் எறிந்தேன்
கோணியில் எறிந்தனன் எந்தாய்
குணத்திலே நீதான் கொடுக்கின்ற பொருளை
எறிகலேன் கொடுக்கிறேன் பிறர்க்கே
கணத்திலே எல்லாம் காட்டும் நின் அருளைக்
கண்டனன் இனிச்சொல்வ தென்னே"

இது பாடல். இராமகிருஷ்ணர் வருவதை வேண்டாம் என்றார் இராமலிங்கர் வந்ததை தூக்கி எறிந்தார்.

மூன்றாவது பித்தர் திருநாவுக்கரசர். "ஓடும் செம் பொன்னும் ஒக்கவே நோக்குவார்" என்கிறார். சேக்கிழார் தம் திருத்தொண்ட புராணத்தில், வயது முதிர்ந்த நிலையிலும் கையில் உழவராப் படை கொண்டு கோயில்கள் தோறும் சென்று அருட்பணி செய்து வந்த திருநாவுக்கரசர் கையில் செம்பொன் கிடைத்தாலும், ஓடு கிடைத்தால் போகிறவர் கால்களைப்புண்ணாக்குமே என்று வருந்தித் தூக்கித் தூர எறிவதைப்போல் எறிவாராம். எத்துணை மனத்திண்மை!

இவர்கள் எல்லாம் நான் பார்க்காதவர்கள். இவர்களைப் பற்றிப் படித்துதான் தெரிந்துகொண்டேன். ஆனால் நான் தரிசித்த சித்தர் அனைவரும் பொருளையோ, புகழையோ விரும்பியதாகத் தெரியவில்லை. பித்தர்களைப்போல அலைவதைக்கண்டிருக்கிறேன். ஆகவே பொருளை மிகுதியாகப் பெறும் துறவிகளை என்னால் உண்மைச்சித்தர் என்று ஏற்றுக்கொள்ள முடியவில்லை. இது முதல் காரணம்.

இரண்டாவது, எந்தச்செயலையும் யாரும் இடைவிடாத பயிற்சியால் செய்ய முடியும் என்ற உண்மையில் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை.

ஒருவன் சைக்கிள் ஓட்டத் தொடங்குகிறான். எடுத்த எடுப்பிலேயே விரைந்து, எதிலும் மோதாமல் செலுத்தும் திறம் பெறுவதில்லை தொடர்ந்த முயற்சிக்குப்பின்னரே திறமை நிறைந்தவனாகிறான்.

ஓடி ஓடிப்பயில்பவன் காலப்போக்கில் பெரும் ஓட்டப் பந்தய வீரனாகிறான்.

வரைந்து வரைந்து பழகியவன் காலப்போக்கில் பெரும் ஓவியனாகிறான்.

பேசிப் பேசிப் பழகியவன் காலப்போக்கில் பெரும் பேச்சாளனாகிறான்.

எல்லாக்கலைகளும் — செயல்களும் — பயிற்சியால் செம்மையாக கைவருகிறது.

சர்க்கஸில் பல சாகசச் செயல்களைக் காணுகிறோம். ஒரே கையில் நாலு தொப்பிகளை மேலேபோட்டுப் பிடிக்கிறான். உயரக் கட்டிய கம்பிக்கயிற்றில் நடக்கிறான். ஒரு சக்கர சைக்கிள் விடுகிறான் உயரக்கட்டிய கம்பங்களில் இருந்து தாண்டுகிறான். உடம்பைச் சிறிய வளையத்திற்குள் புகுத்தி வெளிவருகிறான். இப்படி எத்தனையோ வியத்தகு காட்சிகள். அவற்றை சித்து என்றா கூறுகிறோம்? அத்தனையும் வித்தைகள், உடம்புக்கு பயிற்சி தருவதால் விளையும் வித்தைகள்.

உடம்பைக்காட்டிலும் நுட்பமும் ஆற்றலும் மிக்க மனத்திற்குப் பயிற்சி தந்தால்!..........

உடம்புக்கு பயிற்சி தந்தவர்கள் காட்டும் வித்தையைக்காண 5, 10 என்று ரூபாய் கொடுத்துச் செல்கிறோம். மனத்துக்குப் பயிற்சி கொடுத்தவர்கள் காட்டும் வித்தைகளுக்கு 50, 100 என்று ரூபாய் கொடுத்துச் செல்கிறோம். மிகச் சாதாரணமாகக் கோயில்களில் கிடைக்கும் விபூதி குங்குமம் பெற்றுத் திரும்புகிறோம்.

இத்தனை எண்ணங்களையும் சொந்தமாகக் கொண்ட என்னால் திரு. மகாலிங்கம் கூறிய கருத்துக்களை ஏற்றுக்கொள்ள முடியவில்லை. என்றாலும் அவரது உயர்ந்த பண்பட்ட உள்ளத்தை பாராட்டாமல் இருக்க முடியவில்லை.

(தொடரும்)

மருத்துவ உலகில் வெங்காயம்

(எரிசனம்—திருநாவுக்கரசு, B.Sc.,)

'மருந்தே உணவு, உணவே மருந்து'' என்பது மூதுரை. ஏறக் குறைய எல்லா மூலிகைகளுமே உணவாகப் பயன்படுத்தலாம் ஆனால் வழக்கத்தில் சிலவையே உணவாக பயன்படுத்தப்படுகின்றது. அதுவும் கிழங்குப் பயிர்களையே நாம் அதிகமாக பயன்படுத்துகின்றோம் குறிப்பாக மஞ்சள், இஞ்சி போன்றவையும் வெங்காயமும் குறிப்பிடத் தக்கவைகள். இந்தியர்களின் அன்றாட உணவில் ஓரளவேனும் இஞ்சியும், மஞ்சளும், வெங்காயமும் பரிமாறப்படுவதை காணலாம் நம் உணவில் வெங்காயத்தைப்போல் பயன்படத்தக்கது வேறொன்று மில்லை எனலாம். எப்போதும் கைவசம் நம் வீட்டில் இருக்கும் மூலிகை வெங்காயம் என்றால் மிகையாகாது, தேவையற்றவைகளுக்கு கொடுக்கும் 'சர்வரோக நிவாரணி' என்ற பெயர் வெங்காயத்திற்கு முற்றிலும் பொருந்தும்.

இளம் சிவப்பு நிறத்தில், ரோஜா மலர்க்குவியல் போல காய் கறிக்கடைகளில் வெங்காயர் குவித்து வைக்கப்பட்டிருக்கும் அழகே அலாதி. இதில் சிறிய வெங்காயம், பெரிய வெங்காயம் என்ற இரு வகை உண்டு. சிறிய வெங்காயத்தை விட பெரிய வெங்காயம் வியா பார நோக்கம் கருதியே பயிரிடப்படுகின்றது. ஆந்திர மாநிலம். ராம்பூர், பெல்லாரி ஆகிய இடங்களில் அந்த ரகம் ஏராளமாக பயிரிடப்பட்டு விதைகள் சேகரிக்கப்பட்டு வெளி மாநிலங்களுக்கு அனுப்பப்படுகின்றது. அதனால்தான் பெரிய வெங்காயத்தை பெல்லாரி வெங்காயம் என்றே அழைக்கின்றனர். புரட்டாசி, ஐப்பசி மாதங்கள் இதற்கு சீசன் எனலாம், வெள்ளைப்பூண்டும் இதன் இனத்தைச் சேர்ந்தது என்றாலும் மருத்துவப் பயனில் வேறுபட்டவை.

பழங்கால சரித்திர ஏடுகளில் வெங்காயம் மிகவும் சிறப்பாகச் சொல்லப் பட்டதிலிருந்தே அதன் பயன் எப்படிப்பட்டது என்பது புரிகின்றது, இதற்குத் தக்க ஆதாரங்களும் உலக சரித்திரத்தில் பரக் கக் காணலாம். உலக அரங்கில்......

சுமத்திரா, ஜாவா முதலிய தீவுகளில் வாழ்பவர்கள் நச்சுக்கிருமி களை அழிக்கும் பொருட்டு நோயாளிகளின் அறையில் வெங்காயத்தை நறுக்கிப்போட்டு வைப்பார்களாம்.

ரோம் சாம்ராஜ்ய இளம் மங்கைகள் தங்களுடைய இடைமெலிவாக இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக வெங்காயத்தை அதிகம் பயன் படுத்தினார்களாம்,

பிளினி என்னும் புகழ் வாய்ந்த ரோமானிய அறிஞர் வெங்காயம் இருபத்தேழு நோய்களுக்கு சிறந்தது என்கிறுர்,

ரோம் நகரம் தீப்பற்றி எரியும்போது தனது உணர்ச்சிகள் எப்படி இருக்கும் என்பதை அறிய ,பிடில் வாசித்த நீரோ மன்னன் கூட தன் குரல் இனிமையாக இருக்க நாள்தோறும் வெங்காயத்தை உண்டானும்.

ஹிட்லரின் போர்வீரர்கள் நோய்தடுப்பிற்காக வெங்காயத்தை பயன்படுத்தினர்கள்.

ஜெர்மானியர்களின் பிரசித்திப்பெற்ற கார்லிக் (Carlic King) கிங் என்ற புத்தகத்தில் வெங்காயத்தின் பலன் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

முதன் முதலில் பாலஸ்தீனம் முதல் இந்தியா வரையில் வெங்கயம் ஒரு காட்டுச் செடியாகவே வளர்ந்தது.

பிறப்பிடம் இந்தியா என்ருலும் சிறப்படைந்தது எகிப்தில்தான்

எகிப்தியர்களின் பழைய ஏடுகளில் பிரமிட் கோபுரங்களைக் கட்டிய தொழிலாளர்களுக்கு உணவுக்காக ஒன்பது டன் பொன் செலவழித்து வெங்காயம் வாங்கப்பட்டதாம்.

வெங்காயத்தையும், வெள்ளைப்பூண்டையும் அவர்கள் தெய்வங்களாகவே வணங்கினர் என்பதற்கு வரலாறுகள் உண்டு. மேலும் அவர்கள் விஷகடி, குழிப்புண், கிராணி போன்றவற்றிற்கு வெங்காயத்தை உயரிய மருந்தாகப் பயன்படுத்தினர்.

பழங்கால ஐரோப்பியர்கள் வெங்காயம் வியாதிகள் வராமல் தடுக்கும் என்ற நம்பிக்கையில் வாயிற்படியில் கட்டி வைத்தார்களாம்.

இந்தியாவில்:-

பழங்கால ரிஷிகள் வெங்காயத்தின் முழுப்பயனையும் ஆய்ந்து பயன்படுத்தி உள்ளனர். தென்னிந்தியர்களின் பழம் மருத்துவ நூல்களில் வெங்காயம் உன்னத இடத்தைப் பெற்றுள்ளது. பாண்டு நோய்க்கு பாலும், வெங்காயமும் கொடுத்துள்ளனர், வெல்லமும். வெங்காயமும் பித்தத்தை தணிக்கிறது, இரைப்பை நோய்க்கு வெங்காயச் சாறு சிறந்த மருந்து: வதக்கிய வெங்காயம் இருமலைப் போக்குகிறது. காலரா காலத்தில் வெங்காயம் உண்டு வருபவர்களை அந்நோய்

அணுகாது. எலும்புக்கும், நரம்புக்கும் வெங்காயம் வலிமை தருகின்றது. அக்காலத்தில் வெங்காயத்தை சுட்டு நெய்யையும் மஞ்சளையும் சேர்த்து சுடவைத்து கட்டிகளுக்குக் கட்டிக் குணம் கண்டுள்ளனர். தேள், தேனி, கொட்டிய் இடத்தில் வெங்காயத்தை நறுக்கித் தேய்த்தால் உடனே வலி குறையும். இரத்தத்தை சுத்த கரிக்கும். இப்படி ஏராளமாக பழம் நூல்களில் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

நவீன ஆய்வில்:-

நவீன காலத்தில் அறிவியலார் வெங்காயத்தில் தண்ணீர் 84o/o புரதம் 1.8o/o; கொழுப்பு 0.1o/o; தாதுப்பொருட்கள் 0.3o/o; மாவுச் சத்து 13.2o/o; சுண்ணும்புச் சத்து 0.04o/o; பாஸ்பரஸ் 0.069o/o; இரும்புச்சத்து 1.2 மில்லிகிராம்; வைட்டமின் ஏ,பி,சி முதலியவைகள் இருப்பதாக ஆய்வு செய்துள்ளனர். இந்த ஆய்விலிருந்து சாதாரண மாக நாம் பயன்படுத்தும் வெங்காயத்தில் எத்தகைய சத்துக்கள் இருக்கின்றன என்பது புலனுகிறது:

தற்காலத்தில் நிலவிவரும் அல்லோபதி, ஹோமியோபதி, சித்த வைத்தியம், ஆயுர்வேதம், யுனனி ஆகிய வைத்தியத்தில் வெங்கா யம் சேர்க்கப்படாத மருந்தே இல்லை. விஞ்ஞானிகள் வெங்காயத் திலிருந்து ஒரு வகை கதிர் வீசுவதாகவும், அது நம் உடலுக்கு அவசியமான சக்தியை கொடுப்பதாகக் கண்டறிந்துள்ளனர். மேலை நாட்டு மருத்துவ வல்லுநர்கள் வெங்காயத்தை நரம்பு வலிகள், காக்கை வலிப்பு (Epilepsy) சங்கா குணம் (Hysteria), பலவகை பைத்தியங்கள், காமாலை, மூலம் பித்த வாய்வு, இரத்த ஒழுக்கு. வலி யுடன் கூடிய மாதவிடாய் போன்ற அநேக நோய்களுக்கு கொடுத்து அற்புத குணம் கண்டுள்ளனர். வெங்காயம் இரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணுக்களை அதிகம் உற்பத்தி செய்கிறது. எனவே உடலுக்கு நல்ல நிறமும், அழகும், உருவ அமைப்பும் கிடைக்கின்றது, பால் குடிக்கும் குழந்தைகளுக்கும், பாலூட்டும் தாய்மார்களுக்கும், வெங்கா யம் சிறந்த 'டானிக்' எனலாம். வெங்காயம் சிறந்த கிருமி நாசினி, பழங்காலத்தில் காலரா தடுப்புக்காக வெங்காயதத்தை பயன்படுத்தி யதைப்போல, தற்போது சயரோக கிருமிகளையும் அழித்து நோயைத் தடுக்கின்றது என்று கண்டுபிடித்துள்ளனர். காலையில் ஒரு கரண்டி வெங்காயச்சாறும், அதே அளவு தேனும் கலந்து அருந்திறைல் நாள் முழுவதும் சுறுசுறுப்பு குறையாமல் இருக்குமாம். இன்றும் இத்தாலிய விஞ்ஞானிகள் வெங்காயம் பற்றிக் ஆராய்ச்சியில் ஈடுபட்டுள்ளனர். மனிதருடைய மூளையின், ஆற்றலை அதிகரிக்கச் செய்யும் சத்தும், மேலும் பல அரிய சத்துக்கள் வெங்காயத்தில் இருப்பதைக்கண்டு ஐரோப்பியரும், அமெரிக்கரும் தற்போது வெங்கா யத்தை அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர்,

இதுவரை பழங்காலம் முதல் நவீன காலம் வரை மருத்துவ உலகில் வெங்காயத்தின் மகத்துவத்தைக் கண்டோம். பார்த்தீர்களா சாதாரண வெங்காயம் எவ்வளவு பெரிய அசாதரண நோய்களை போக்குகிறது. இதிலிருந்து சித்த வைத்தியமாகிய இயற்கை வைத்தியத்திற்கு ஈடு இணை எதுவுமே இல்லை எனலாம் அல்லவா? ⁂ ⁂ ⁂

முப்பூ

டாக்டர் பு. மு. வேணுகோபால், H.P.I.M.

முன் தொடர்ச்சி

தமிழ்நாட்டில் 'முப்பூ' என்னும் சொல்லுக்கு பெரும்பாலானோர் உண்மையான பொருள் விளக்கம் தெரியாததினால் 'முப்பூவை கண்டு விட்டேன். முப்பூவினால் மருந்துகள் தயாரித்துவிட்டேன் என்று கூறு கிறார்கள். சித்தர்கள் தங்கள் நூற்களில் 'முப்பூ' என்னும் சொல்லை மூன்று சக்திகள் ஒன்றுகூடி காட்சியளிக்கும் நிலைக்கே உபயோகித் தார்கள். இதனை பாமரமக்களுக்கு விளக்கவந்த காலத்து மறைமுக மாக பரிபாஷையில் 'பூநீர்' என்றும்; 'வாலை'; 'வழலை' என்றும் பற்பல பெயர்களால் வழங்க முற்பட்டனர். தற்காலத்தில் கூறும்படியான 'முப்பூ'க்கும் பழைய சித்தர் நூற்களில் கூறும் முப்பூவுக்கும் யாதொரு சம்பந்தமில்லை. மிக்க வேறுபாடு உண்டு என்று நிலைநாட்டவே இக் கட்டுரையை எழுதலுற்றேன். சித்தர்களால்தான் முப்பூவைக் காண முடியும். அதாவது மானிடர்கள் சித்தர்களான பிறகு மூப்பூவைக் காண முடியும் என்று விளக்க சித்தர் நூற்களின் மேற்கோள்கள் காட்டி விளக்கலுற்றேன். நிற்க, தென்னாடு முழுவதிலும் உள்ள யார் 'முப்பூ' வைக் கண்டெடுத்துவிட்டேன் என்று கூறியவர்களிடம் நான் அணுகிய போதெல்லாம் கேட்டது என்னவென்றால் முப்பூவை அங்கிருந்து எடுத்தேன், அதைக்கொண்டு மருந்துகள் முடித்திருக்கிறேன். அது எல்லா நோயையும் போக்க வல்லது என்று கூறினார்கள் சில சாரார் கூர்ந்து கவனித்தால் அவர்களுக்கேயுள்ள தீரா நோய்களை நீக்க உபயோகமாகவில்லை என்று அறிந்து கொண்டேன். இதனால் தெரி கிறது என்னவென்றால், பனிக்காலங்களில் பௌர்ணமி தினத்தில் சதுப்பு நிலங்களிலிருந்து பூத்திருக்கின்ற பொருளை எடுத்துவந்த உவர் மண்ணை பூநீர் என்றும் 'முப்பூ' என்று கூறுகிறார்கள். இது உலோகங் களை பற்பல செந்தூரமாக்க உபயோகிக்கும்போது "ஊக்கிவி" என்ற சக்தியை பெற்றிருப்பதாக தெரிகிறதே ஒழிய சித்தர் கூறும் 'முப்பூ' கிடையாது என்பது வெளிப்படையாக எடுத்துக்காட்ட இக்கட்டுரையை எழுதலுற்றேன் சிலர் 'முப்பூ'வை கண்டுபிடித்து எடுக்கும் வழிவகைகள் எல்லாம் தெரியும், பணவசதி மில்லாமையால் முடிவு பெறுமலிருக் கிறது என்றும் கூறுகிறார்கள்" எனவே இக்கட்டுரையில் போகர். 'முப்பூ'வைப் பற்றி என்ன கூறுகிறார் என்று கவனித்தால் நன்கு விளங்கும் என்று நம்புகிறேன்.

போகர் கூறும் முப்பூ :—

கேளேதானின்ன மொரு மார்க்கஞ் சொல்வேன்
கெடியான புலிப்பாணி மன்னா! கேளு
மீளேதான் பூநீறு எடுப்பதற்கு மீளாமல்
வெகு மாண்பர் மாண்டாரப்பா

ஆளேதான் வகையறியால் மாண்டாரப்பா
அப்பனே சாத்திரங்கள் படித்துக்கேட்டு
சூளேதான் சுடுவாதி மாண்பர் கூடி
துரை முகத்தைக் காணுமல் கெட்டார்தாமே.

261 பா 7வது காண்டம்

போகர் தன் மாணவன் புலிப்பாணி மன்னனுக்கு முப்பூவைப் பற்றி தன் ஏழாவது காண்டத்தில் கூறுகிருர். முப்பூவை பூமியிலிருந்து எடுப்பதற்காக செல்லச் சென்ற சில மாணவர்கள் திரும்பி வராமலே மாண்டார்கள் ஏனென்ருல் உலோகங்களை சுட்டு எரித்து பயனடையாமல் போன சுடுவாதிகள் அநேகர் கெட்டழிந்தார்கள். ஏட்டுச் சுரக்காய் கூட்டுக்கு உதவாததுபோல் ஏட்டை படித்து அதன் நுணுக்கமான பொருள் உணராமல் சுடுவாதிகளோடு கூடி உண்மையான 'முப்பூ' தத்துவத்தை காணுமல் மடிந்துபோனுர்கள் என்று கூறுகிருர்.

மடிந்தாரே வையகத்தில் மாண்பரெல்லாம்
மகதேவ கடவுளது வேமவித்தை
கடிந்ததொரு பொருளறிய மாட்டாமற்ருன்
காசினியில் வெ மாண்பர் மாண்டாரப்பா
முடித்ததொரு சிவாநந்தப் பொருளைக்காண
மூதுலகில் யாராலுங்கிட்டுமோ சொல்
படிந்தபொருள் 'முப்பூ'வின் நிதானமார்க்கம்
பாருலகில் விதியால றிவான்பாரே.

263 பா 7வது காண்டம்

முப்பூ' என்பது மகத்துவம் பொருந்திய எல்லாவற்றிலும் உள்ளும் புறமுமாய் பரவியிருக்கின்ற வேம வித்தையாகும். அல்லது வர்ம வித்தையாகும், அதாவது "பராசக்தி!' வித்தையாகும். மிகக் கடினமான வித்தையின் பொருளறியாமல் உலகில் அநேக அறிவிலிகள் 'முப்பூ'வைக் கண்டேன் என்று அழிந்து போனுர்கள். முடிவிற்கு முடிவான பொருளாகிய 'முப்பூ' என்ற மூன்று சக்திகள் ஒன்று சேர்ந்த நிலையைக் காண எல்லோராலும் கிட்டாது. அது போகர், காலங்கி போன்ற சித்தர்களால்தான் முடியும். அம்மகத்துவம் பொருந்திய 'முப்பூவின்' மார்க்கத்தை சித்தர் அல்லது குருவின் அருளினுல்தான் அறிவான் என்று கூறுகிருர்.

பாராமல் மாண்பரெல்லாம் மதியுங்கெட்டு
பாங்கான சாத்திரத்தின் முறையுங்கெட்டு
நேரேதான் சாத்திரத்தை விட்டகற்றி
நேர்மையுடன் மதியூன்றி பாராமற்ருன்
பூராயமான தொருரிடிகள் நூலில்
புகன்றிட்ட மர்மமதை யறியாமற்ருன்
சாராயமான தொருவஸ்து தன்னை
சாங்கமுடன் கற்பமென்று கொண்டிபட்டாரே

269 பா 7வது காண்டம்

சித்தர் நூற்களில் கூறியுள்ள உண்மையான 'முப்பூ'வின் மார்க்கத்தையும் அதன் பொருளையும் அறியாமல் புத்தியானது தடுமாறி, சாத்திரத்

தில் கூறியுள்ள முறையையும் கேடடையச் செய்து புத்தியை நேர்வழி யான குருமுகமாக அறியாமல் மற்ருெரு பொருளை 'முப்பூ' என்று திரிகின்றனர். பழைய நூற்களில் சித்தர்கள் 'மர்மமாக' கூறியதை அதாவது 'பரிபாஷையில்' கூறியதை கவனியாமல் 'சாராயம் என்னும் போதைத் தரும் பொருளை 'காயகற்பம்' பொருள் என்று கொண்டதை ஒக்கும் என்கிருர்.

(மேலும் போகர் கூறுகிருர்)

காணவே பின்னமொரு மார்க்கஞ் சொல்வேன்
கருவான புலிப்பாணி மைந்தா கேளு
தோணவே பூநீரை யெடுக்கும் போது
சுந்தரனே! யுந்தனுக்கு பய முண்டாகும்
வேணதொரு சித்தமுனி ரிடிகள் தாமும்
வேதாந்தத் தாயினது கடாட்சத்தாலே
பூணவே வேடமது மாருமல் கொண்டு
புகழான முன்னிற்பார் பிரம்மைபாரே
பாரேதான் வேடமது பூண்டு கொண்டு
பாங்கான கபாலமது யேந்தி கொண்டு
நேரே தான் முன்னுக வந்து நின்று
நேர்மையுட னுங்காரக் கொச்சிப்போடும்
ஆரோ தான் பூநீரை யெடுக்கவல்லான்
ஆண் பிள்ளை நீதானே வென்று கூறி
தேரோடும் சத்தமான கிரிச்சி போலும்
வேற்றமுடன் சத்தமது கேட்கும் பாரே

பூநீரை (முப்பூ) எடுக்க முயத்சிக்கும்போது கடூரமான பயம் உண்டா கும் ஆனுல் மனோன்மணித் தாய் தன்னுடைய சொருபத்தை குறை வில்லாமல் காட்டி நிற்பாள் எனவே, அந்த பயம் ஒரு பிரம்மை (மயக்கம்) போலாகும். அதாவது 'முப்பூ'வைக் காண முயற்சிக்கும் போது வாலை அல்லது மனோன்மணி என்ற சக்தி முக்கூடலில் காட்சி அளிக்க எத்தனிக்கும்போது ஒரு பயம் தோன்றும். அது சிறிது நேரம் ஆகும். காட்சியை கவனிக்க ஆரம்பித்துவிட்டால் பயம் தெளியும்.

அன்றியும், வாலையானது கிளர்ச்சியுற்று எழும்பும்போது நாகம் சீறி எழுவதுபோல் 'ஓங்'கார சத்தத்தோடு கிளம்பும், அப்போதும் பயம் உண்டாகும். அச்சத்தமானது "நீயா முப்பூவைக் காணப்போகிருய்" என்று ஏளனமாக கேட்கும் சத்தத்தைப் போலிருக்கும். அதுவும் ஒரு மன மயக்கமே. இவைகளை எல்லாம் தாங்கி ஆர்வத்தோடு மக்க வலிமையாக மேலும் தொடர்ந்து தேடுவானேயானுல் மனோன்மணி என்னும் சக்தி தேரோடு வீதியில் சத்தத்தோடு காட்சியளிக்கும் 'முப்பூ'வைக் காணலாம் என்கிருர்.

இந்தக் காலங்களில் பயமில்லாமல் குருவினுபதேசத்தால் வலிமை யுடன் தாங்கினுனேயானுல் அவன் 'முப்பூ' அல்லது வாலையின் காட்சி யைக் கண்டவனுவான். நடுக்கத்தையும் பயத்தையும் தாங்கவல்லவ னுகவில்லையானுல் மேதினியில் மடிந்து போவார் என்று கூறியுள்ளார் போகர்.

(தொடரும்)

சித்தர்கள் அருளிய சிடுகா மருந்து

க. வேங்கடேசன்

மேக வெள்ளை தீர

'லுக்கேரியா' என்பது முறை தவறிய பாலுறவுகளால் வரக்கூடிய நோய் ஆகும் இதனால் ஆண்-பெண் இருவர்க்கும் சிறுநீர் புற வழியே எரிச்சலுடனும், கடுப்புடனும் வெள்ளையாக, திரவம் வெளியேறும். இதனால் உடல் இளைக்கும். அப்படியே விட்டுவிட்டால் நோய் முற்றி புற வழிகளில் புண், ரணம் ஏற்பட்டு சிக்கலாகிவிடும். இதனை ஆரம்பத்திலேயே தீர்க்க.

படிகாரம்	100 கிராம்
வால் மிளகு	100 கிராம்

இரண்டையும் பொறித்து இடித்துத் தூள் செய்து கலந்து காலை, மாலை இருவேளை பசு நெய்யில் குழைத்துண்ண 10 முதல் 20 நாட்களில் இந்நோய் தீரும். 'லுக்கேரியா' என்பதை சித்தர்கள் 'மேக வெள்ளை' என்று குறிப்பிட்டுள்ளனர்.

∴ ∴ ∴ ∴

பிறந்த குழந்தைகட்கு பிறவி மேக நோய் காரணமாக, மண்டையில் கரப்பான் போல் தோன்றும் இதற்கு, வேப்பம் இலை, பட்டை ஆகியவற்றுடன் சிறிது மஞ்சளையும் சேர்த்தரைத்து மண்டையில் பூசி 1 மணி நேரம் கழித்து குளிப்பாட்டிப் பின் துவட்டி, தேங்காயெண்ணெய் தடவி வர, 5 முதல் 10 நாட்களில் அவை விலகும்.

∴ ∴ ∴ ∴

தேங்காயெண்ணெய் 100 மில்லி எடுத்து அதில் தேன் மெழுகு 10 கிராம் போட்டு காய்ச்சவும். மெழுகு கரையும் பக்குவத்தில் குங்கிலியம் 10 கிராம், காசிக்கட்டி 10 கிராம், படிகாரம் 10 கிராம், சுருள்பட்டை 10 கிராம்—யாவற்றையும் தூள் செய்து மேற்கண்ட எண்ணெயில் கலந்து கிளறி 'ஆயின்ட்மெண்ட்' பதத்தில் இறுக்கி கண்ணாடிக் குவளையில் பத்திரப்படுத்தவும். அடிபட்ட ரணங்கள், சொறி சிரங்குப் புண்கள், கொப்புளங்கள், ரத்தக் கட்டிகள் மீது இதனைத் தடவி கட்டுப்போட்டு வர குணமாகும்.

சித்த மருத்துவ ஆய்வுக் கழகப் பணிகள்

அவையோர் பாராட்டுதல்

:: உங்களுடைய சேவை தமிழ்நாட்டு சித்த வைத்தியர்களுக்கு மிக மிகத் தேவைதான்.

நா. ஆதிமூலம்,
ஏ, திருச்சோலைதெரு, சின்னகாஞ்சீபுரம்.

:: சித்த மருத்துவத்தில் இத்தகையதோர் ஆராய்ச்சி கழகம் மக்கட் சமூகத்திற்கு மிகுந்த பயனளிக்கும். தங்கள் பணி பாராட்டிற்குரியது.

K. திருமலையா,
25, திருவொற்றியூர் நெடுஞ்சாலை, சென்னை–21.

:: நரிக்குறவர் மருத்துவத்தில் பல அரிய பெரிய விஷயங்கள் இருப்பதை அறியச் செய்தமைக்கு நன்றி பாராட்டுகிறேன்.

குமாரசாமி எம். ஏ.,
சென்னை–17.

:: This is a eommandable effort. May God sustain for ever.

—A. Kanakasabapathy, Perambur.

:: சித்த மருத்துவம் தழைத்தோங்க தாங்கள் எடுத்துக்கொண்ட இம்முயற்சியைப் பாராட்டுகிறேன்.

ஆ. கண்ணப்பன்,
24, கலவச்செட்டித் தெரு,
சிந்தாதிரிப்பேட்டை, சென்னை–2.

:: உங்கள் ஆய்வுக் கழகப் பணிகள் செவிக்கும், ஆன்மாவிற்கும் நல் உணவு.

A. P. R. S. சுந்தரேசன்,
திண்டிவனம்.

:: At this hour such discussion of Siddha ete, will give some light about our anciant culture in our country.

—N. K. V. Raman, Press correspandent
19/11, Housing Board Colony, Madras-14.

:: தமிழ் மருத்துவம் மீண்டும் உலக அரங்கில் தலைமை வகிக்கத் தங்கள் முயற்சி நிச்சயம் வெல்லும்.

இரா. திருஞானசம்பந்தம்,
துணைத்தலைவர், தமிழாசிரியர் கழகம், சென்னை–15.

இதய ஒலி

உயர்திரு

மூலிகை மணி அய்யா அவர்கட்கு, வணக்கம்.

என் மகளுக்குத் திருமணமாகி நான்காண்டுகளாகின்றது. இரண்டு குழந்தைகள் உள்ளன. முதல் குழந்தை பிறந்தபோது சில சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையால் வயிறு மிகவும் பெருத்துவிட்டது. ஆனால் இரண்டாவது பிரசவத்திற்குப்பின், தங்களின் மூலிகை மணியில் கூறியதுபோல், கடுக்காய் துணி கட்டியதில் பெருவயிறு முக்கால் பாகம் சுருங்கி குணம் தெரிகிறது, என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

இப்படிக்கு,
சகோதரி, பருவதம் கிருஷ்ணசாமி,
சி. கோ. பாளையம்,

பேரன்புடையீர்; வணக்கம்.

நான் சமீபத்தில் சென்னை வந்தபோது எனது நண்பன் வீட்டில் தங்களுடைய 'மூலிகை மணி' பத்திரிக்கையை காணவும்—படிக்கவுமானேன். உண்மையிலேயே அது ஒரு அறிவு பெட்டகம். மக்களின் ஆரோக்கிய வாழ்விற்கு அதிக உதவியாக இருக்கும். நீங்களும், மூலிகை மணியும் பல்லாண்டு வாழ்க! வளர்க!

இப்படிக்கு,
பி. அலெக்ஸாண்டர்,
பெங்களூர்-560017.

திரு ஐயா, அவர்கட்கு வணக்கம்.

இப்பவும் தங்கள் மூலிகை மணி, நம் நாட்டு மூலிகைகள், ஆகிய புத்தகங்களைக் கொண்டு நாட்டு மருத்துவ முறைகளைச் செய்து ஓரளவு குணம் கண்டிருக்கின்றேன் என்பதை மகிழ்வுடன் தெரிவித்துக் கொள்கின்றேன்.

இம்படிக்கு,
S. கிருஷ்ணமூர்த்தி,
புலிவலம், திருவாரூர்.

வெளியிடுபவரும் ஆசிரியரும்: வேலூர் மருத்துவர்
ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P. 7, அருளாம்பாள் வீதி, தி. நகர், சென்னை-600017. மூலிகை மணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டவர்:
K. பாபு, D.M.E., சென்னை-600 030.

Printed by K. Babu, D. M. E. at Mooligai Mani Press, Madras-600 03(
Editor & Publlshed Dr. A. R. Kannappar, R.M.P. 7, Arulambal Street
T. Nagar, Msdras-600 017.